

INGREDIENSER

0,5 förpackning Hälsans Kök Filet Pieces

1 vårlök

1 msk yakitori woksås

1 tsk sesamfrön

Lite gräslök för garnering

4 cocktailpinnar

SERVING  2 PORTIONER

VARAKTIGHET  11 MIN

SVÅRIGHETSGRAD  LÄTT

Letar du efter det perfekta snackset? Kanske som en lätt förrätt eller till minglet? Dessa spett med Filet pieces kommer göra succe!

TILLAGNING

1. Skär vårlöken och trä på spettet

Skär vårlök i bitar. Trä filebitar och vårlök på cocktailpinnen.

2. Pensla Filet pieces med yakitorisås och stek i några minuter

Pensla Filet pieces med yakitorisås. Stek dem på båda sidor i lite olja i några minuter.

3. Strö på sesamfrön och finhackad gräslök

Trä Filet pieces på spetten. Strö på sesamfrön och finhackad gräslök. Klara att servera!

FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE